

心靈探索成長系列(Mind exploring and improving program)

推動戒菸班：為提升收容人戒毒意志與強化戒毒決心，戒菸應是戒毒的第一步，故本所研擬具體的戒菸計畫，除以考核分數與增加接見或電話接見為適當的誘因外，另邀請臺中市衛生局、董氏基金會等戒菸團體不定期入所宣導吸菸之害與如何戒菸，提升戒菸成效，本計畫並已列為本所持續推動項目之一。

過來人經驗分享：為鼓勵與增強收容人戒毒信心，本所係透過基督教更生團契、淨化社會文教基金會、更生保護會臺中分會篩選戒毒成功之出所收容人，不定期邀請過來人至本所，以自己親身戒毒歷程與在所收容人作經驗分享，不僅能使收容人產生共鳴及鼓舞士氣，在面對未來戒毒之路更能提昇信心，同時也能給該過來人正面的肯定，鼓勵其繼續往人生的光明大道邁進。

戒毒心得寫作：為瞭解受戒治人成長背景，協助其整理生活經驗，增進自我瞭解，於各處遇階段實施訂定不同題目之心得寫作，如調適期之「自傳」，內容包括自我介紹、家庭背景、學經歷、專長、成長經驗、及未來理想；心理輔導期之「人生大事記」，內容包括回顧過去生命中重要的事件及自己的感受與想法，與事件本身帶給自己的影響、「最難忘的人」描寫生命中難以忘懷的人物以及該人物對自己的影響、「我的戒毒史」詳述自己沾染毒品的經過及沾染毒品後的改變；社會適應期之「戒治心得」，內容包括於所內期間對於各種戒治處遇及生活作息之心得感想、「出所計畫」乃具體描述出所後的生涯規畫及可能遭遇的困難與解決方法。

辦理機關內部刊物一心世界：心世界於95年2月20日創刊，每季出刊一次，廣為鼓勵收容人踴躍投稿，分享個人戒毒心得與抒發心情，另志工團體亦提供專業性知識與輔導之經驗分享，透過本刊物可建立一種充滿溫馨氣息之溝通管道。

讀書會：每週一次於戒治班教室安排讀書會課程，邀請崇元文教基金會導讀老師帶領成立「稻穗讀書會」，藉由書籍、文章、音樂或圖畫、電影、戲劇表演等彼此分享學習心得，並不定期辦理讀書心得分享發表會。

圖書巡迴車駐點服務：本所為結合在地資源，創造收容人更寬廣的圖書借閱環境，藉以養成收容人閱讀習慣，達到增長知識及轉化暴戾氣息之目的，特別洽商台中市大墩文化中心，將本所列入該中心圖書巡迴車駐點，自102年3月份起，每月最後一週星期三下午入所供收容人借閱書籍。

